

## **Vimala Thakar : causerie faite à Calcutta en 1981**

Nous sommes réunis ce matin et chacun de nous est conscient de la triste et pitoyable situation dans laquelle ce pays est plongé aujourd'hui. Nous traversons une crise, nous sommes dans l'obscurité. C'est une crise d'identité morale, aussi bien individuelle que collective ; une érosion des valeurs humaines, qu'on ne peut endiguer, touche tous les domaines de l'activité sociale et c'est pourquoi j'ai dit que l'obscurité semble s'être étendue sur le pays. Sans la foi dans l'existence du divin et dans le potentiel divin de l'homme, il me serait extrêmement difficile de venir vous parler.

Le thème choisi est la pertinence de la méditation dans le quotidien, dans la vie. Pour commencer, j'aimerais dire que la méditation concerne ceux qui aspirent à vivre, et sentent que vivre est une bénédiction. Elle concerne ceux qui voient combien la vie les a bénis en leur donnant l'opportunité de vivre en relation avec les autres.

### **La vie**

Aussi, commençons par la Vie. A moins d'avoir foi dans la vie, à moins de voir le caractère sacré de la vie, l'acte de vivre est dénué de sens. La vie est une totalité. C'est une entité organique homogène dans laquelle tout est relié. La corrélation entre tout ce qui vit et bouge est complexe.

La vie est toujours entité, une entité qui ne peut jamais être fragmentée. Elle est non divisible, non fragmentable. C'est un tout. Etre spirituel, c'est voir la totalité dans le particulier. Les sens intégrés dans le corps ont leur propre limite, ils ne peuvent pas appréhender la totalité de la vie. Ils ont la capacité d'atteindre un objet particulier, à un moment précis. Le particulier est relié à la totalité de façon organique, la totalité est dissimulée dans le particulier. L'illusion a lieu quand le particulier est perçu comme singulier, séparé du tout ; mais quand il est vu dans le contexte du tout, il est aussi divin que la totalité. Etre spirituel, c'est être capable de voir la totalité cachée, dissimulée dans le particulier. Il se trouve que dans notre pays, la totalité, l'homogénéité de la vie ont été explorées. Ailleurs, on a mis en place des institutions religieuses, mais ici, dans ce pays, on approfondit la science de la vie et du yoga, l'art de vivre.

### **Le savoir n'est pas suffisant pour une transformation.**

Avec l'aide des mots, de la philosophie, nous pouvons voir la totalité organique, l'homogénéité de la vie. Mais voir n'est pas suffisant, la compréhension intellectuelle n'est pas suffisante. Le savoir ne peut transformer la moelle intérieure de notre être ; il est stérile. La compréhension intellectuelle peut faire de vous un érudit, mais elle ne peut vous transformer. Pourquoi le savoir intellectuel, mis en réserve dans la mémoire, ne peut-il transformer l'être humain tout entier ? Parce que les conditionnements sont gravés, non seulement dans le cerveau, mais dans tout l'être humain, dans le système neurologique, chimique et glandulaire. Le mental n'est pas seulement contenu dans le cerveau, mais c'est vous tout entier. Les conditionnements de la famille, de la communauté sont gravés dans la totalité de votre être.

Le mot et ses interprétations mises en réserve dans la mémoire peuvent changer la couche superficielle de la conscience, mais ils ne peuvent atteindre ni le subconscient ni même l'inconscient. C'est pourquoi une personne qui a étudié la Gità, le Vedânta, etc... n'est pas à l'abri de la colère, de la jalousie et autres mouvements psychologiques. Tout le savoir est balayé par le poids du passé. Il n'est pas suffisant ; la méditation est nécessaire.

La crise que traverse le pays aujourd'hui paraît être politique et économique, mais en vérité c'est une crise d'identité, une crise morale. Le sens des valeurs est perdu ; il n'y a pas de valeurs absolues dans lesquelles

L'homme ait foi aujourd'hui. Il est prêt à sacrifier la vérité pour des fins personnelles, il peut se conduire n'importe comment sans le moindre cas de conscience.

Toutes nos relations familiales ou sociales sont marquées par l'exploitation, le meurtre, la tricherie, la tromperie et les mensonges. Aucun pouvoir politique ne peut créer une identité. Ce n'est pas de son ressort. On ne construit pas l'identité à partir de législations ; il nous faut trouver une autre voie. Le savoir ne peut pas nous être utile, et c'est là qu'intervient la méditation.

### **Concentration**

Pour moi, la méditation n'est pas une activité psychophysique. Ce n'est pas la concentration qui est maintenir son attention sur un point donné et la limiter à un objet particulier. La concentration est une faculté très utile et nous devons la développer dans nos écoles et nos universités, l'enseigner aux enfants. La pratique de la concentration aiguise l'intellect, renforce toutes les facultés du mental, enrichit la mémoire.

Quand on me demande : "Comment méditez-vous ? Y a-t-il une méthode ?". Je supplie de comprendre que la méditation n'est pas une activité de l'esprit ou du corps. C'est un état d'être dans lequel on peut grandir, grandir totalement. C'est un état où le mouvement du passé en nous, du subconscient, de l'inconscient et du conscient, se fragmente, s'arrête, et fait place au silence total du mental conditionné. C'est un état de non mouvement dans la partie psycho-physique de notre être.

Nous vivons dans des structures socio-économiques où, tout le jour, on doit travailler dur, physiquement et intellectuellement, à une vitesse inhumaine. Le système nerveux, l'esprit, s'épuisent car ils fonctionnent sans répit et l'homme est arrivé à croire que bouger physiquement et intellectuellement, c'est vivre.

Le mouvement est un aspect de la vie, mais le non-mouvement également, et tout aussi important. La parole est un aspect, une partie de la vie, mais le silence inconditionnel également. Forme et non-forme, son et silence, mouvement et non-mouvement, lumière et obscurité, naissance et mort, ces paires d'opposés constituent "l'entièreté" de la vie. L'homme les a opposées et il les regarde comme des entraves à la vie. Et cependant, y a-t-il une contradiction entre naissance et mort, ou la vie est-elle une continuité, un éternel océan d'"êtreté" sur lequel flottent les bulles de la naissance et de la mort ?

Le silence est une part substantielle de notre vie, le non-mouvement est un état de notre être auquel nous n'avons pas accès. Notre façon de vivre, c'est d'amasser sans cesse, des objets sur le plan matériel, du savoir sur le plan intellectuel, de l'expérience sur le plan sensoriel et psychologique. Nous n'arrêtons pas d'amasser et le Je, le moi, l'ego se renforcent à chaque expérience, à chaque réalisation, et nous créons des barrières autour de nous par notre propre savoir, notre expérience, nos biens. Dans cet enclos, nous nous sentons en sécurité, nous vivons à l'écart, isolés de la totalité de la vie à cause du sentiment de possession.

La méditation est une façon de vivre qui nous fait accéder à cette autre part de notre vie : le silence, le non-mouvement ; elle nous introduit dans notre pure êtreté qui n'a jamais été conditionnée et ne le sera jamais.

### **Comment nous équiper pour la méditation ?**

Comment se préparer pour l'état de méditation, qui est un état de non mouvement ? Quelle que soit l'heure du jour ou de la nuit, trouvons le temps de faire relâche, de nous retirer du champ de l'agitation permanente. Chaque jour, pour un moment, asseyons-nous tranquillement dans la solitude de notre

êtré, en quittant le champ de la mentalisation. Ainsi, de l'activité à la non-action, de la parole au silence, du mouvement au non-mouvement, devenons silencieux.

Ce n'est pas pour acquérir quelque chose. La question peut se poser : "Que va-t-il arriver ? Que vais-je obtenir ?". Le "je" ne va rien obtenir du tout. Si le "je" se retire dans le silence avec l'espoir, l'attente, l'ambition de développer quelques pouvoirs extraordinaires ou de faire une expérience occulte, alors il emporte avec lui la tension de cette attente, de cet espoir ou de cette ambition et il n'obtiendra rien. Dans la méditation, le "je" qui a créé un enclos, peut-être nécessaire sur le plan physique ou psychologique, en sort naturellement et lâche prise. Il n'y a rien à voir, rien à obtenir, rien à acquérir, rien à expérimenter. Seulement être avec soi-même. Nous ne sommes jamais avec nous-mêmes. Nous sommes toujours le père, la mère, le mari, la femme, l'homme d'affaires. Nous sommes toujours en train de fonctionner comme des machines jouant un rôle ou un autre.

They know not truth, who dream such vacant dreams

As mother, father, children, wife and friend.

The sexless Self, whose father, whose mother is He.

The Self is all in all. None else exists and thou aren't that

Sannyâsin bold, say "Aum Tat Sat Aum".

Vivekananda

L'essence de l'homme c'est son potentiel divin, et dans la méditation, nous nous détournons de l'extérieur, du champ de l'activité, pour aller vers notre être véritable. La méditation, c'est revenir à la maison, se détendre, se reposer. Et si le mouvement intérieur continue, si les pensées, les souvenirs, montent à la surface bien que nous nous soyons détournés de l'activité, alors il nous faut commencer à les observer.

Jusque là, nous étions occupés à jouer des rôles fonctionnels, nous étions celui qui agit ou expérimente. Nous nous sommes volontairement libérés de ces rôles ; nous sommes maintenant l'observateur. Nous sommes assis là, tranquillement, nous ne nous préparons pas à voir, mais si le mouvement intérieur involontaire vient en surface, bien que l'activité volontaire ait cessé, si des pensées apparaissent, alors nous les voyons. C'est un état très agréable, c'est l'état d'observation.

### **L'état d'observation**

Dans l'état d'observation, il y a attention, mais une attention qui n'entraîne pas de réaction. De l'action et de l'expérience, nous passons à l'état d'observation, l'état de méditation. Voyez s'il vous plaît, la beauté de cet état : quel que soit ce que nous voyons, nous n'y réagissons pas. Nous ne nous précipitons pas pour évaluer, nous ne comparons pas avec d'autres états en disant : " Je me suis assis ici pour méditer, pourquoi cette pensée, ce souvenir surgissent-ils ? " Ils surgissent parce que c'est nous; c'est le passé qui est en nous. Nous ne pouvons pas couper avec le passé. Nous ne pouvons pas détruire tous les conditionnements. Nos ancêtres ont passé tant de temps à affiner notre sensibilité et à nous donner une culture.

Comment cela pourrait-il être détruit ? Rien ne peut être détruit.

Nous observons ce qui surgit, dans un état d'attention sans réaction et c'est très difficile. Nous sommes assis là et une pensée surgit, qui est immédiatement comparée, jugée, acceptée, rejetée. Si l'esprit est

tellement occupé, c'est qu'il désire faire quelque chose de ce qu'il voit ; il ne veut pas être avec, mais agir sur. Ainsi on s'éduque soi-même pour être dans un état d'observation. Qu'arrive-t-il si nous glissons dans l'état d'agissant et commençons à juger ? Rien, nous prenons conscience qu'il y a glissement et à nouveau nous revenons à une attention non réactionnelle, de simple prise de conscience. Il y a de la beauté dans cette perception, cette attention nue, complètement débarrassées de toute évaluation, de tout critère, de toute norme ou référence ; simplement, la flamme de l'attention. Ainsi en s'éduquant soi-même, on demeure observateur. Vous savez que toute sâdhana est une auto-éducation.

### **L'observation nous dévoile la réalité**

Quand une telle observation existe et que le passé qui est en nous est livré à notre attention, il y a une rencontre vivante avec notre être réel. Toutes les images de nous-mêmes que nous avons créées, que nos parents et amis ont créées, nous les transportons avec nous et les projetons dans nos relations avec les autres. Notre mode de vie n'est autre que la projection d'images et cela nous satisfait. Mais quand il y a cette rencontre vivante avec le contenu réel de notre vie, alors nous sommes ramenés à notre juste dimension. En méditation, dans la spiritualité, on ne peut pas prendre ses désirs pour la réalité, c'est une science plus précise que toutes les sciences physiques, c'est la méthode d'investigation de la réalité spirituelle. De même que les sciences physiques existent, ceci est la science de la vie, la science qui nous permet de découvrir l'essence de la vie.

Si l'état d'observation est maintenu, alors un changement se fait spontanément. Nous avons vu comment la colère monte en nous, comment l'égoïsme, la mesquinerie sont là ; quand nous sommes à nouveau avec les autres, nous avons conscience que nous pouvons nous montrer mesquins, coléreux, envieux, jaloux et donc, quand nous sommes en colère et que l'on nous demande pourquoi, nous n'essayons plus de nous justifier à tort. C'est la beauté d'être sans protection et l'état d'innocence est encore plus beau. Nous gaspillons tous les jours une grande part de notre énergie à essayer de justifier nos réactions, comme si les autres n'étaient pas assez intelligents pour voir au-delà de nos masques. Pourquoi ne pas être nous-mêmes ?

Pourquoi essayer de nous cacher ? Ce n'est pas nécessaire. De toutes façons, nous ne pouvons pas cacher ce que nous sommes, mais nous dépensons notre énergie à cela. Voyez bien que c'est la source de nos pertes d'énergie.

La recherche spirituelle est une révolution qui demande de la vitalité. Ce n'est pas pour les tièdes. Ce n'est pas pour ceux qui se limitent à leur animalité sociale et rationnelle. C'est pour ceux qui croient que la vie est divine et que nous sommes reliés de façon organique à cette divinité.

Where seekest thou that freedom friend,

This world nor that can give you ?

Thine only is the hand that holds the rope, that drags thee on.

Then cease lament, let go thy hold.

Sannyâsin bold, say "Aum Tat Sat Aum"

Vivekananda.

## **L'observation devient spontanée**

Ce qui arrive ensuite, quand on prolonge l'état d'observation, c'est que la prise de conscience : "Je suis en train d'observer" se dissipe. Au début, c'est là : "J'observe, j'ai vu ça, j'ai noté ça", c'est la première étape, mais quand cet état d'observation se prolonge et qu'on y revient plusieurs fois dans la journée, de sorte qu'il devient l'état normal de la conscience, alors la sensation d'observer disparaît. L'observation se fait comme se font l'expir et l'inspir. Cette deuxième phase est spontanée, involontaire, comme la respiration. Elle se fait. Si cet état d'observation sans le Je, ce Je conscient d'observer, se prolonge et qu'on observe le contenu du mental, celui-ci s'apaise et n'intervient plus.

## **Silence**

La méditation est le seul moyen pour se libérer de l'enchaînement des pensées, du karma, de la destinée. Ce qui reste est un océan de silence. Vous êtes assis tranquillement, le Je, le moi ont disparu dans la non action et vous ne savez même pas ce qu'il advient de vous. La conscience du Je avec son poids de subconscient et d'inconscient ne bouge plus. La nature du silence, c'est l'arrêt complet des activités mentales. Mais ce n'est que le mental individuel, le nôtre, qui s'est arrêté. Dans le silence, se manifeste l'intelligence cosmique et les cinq éléments en mouvement. Il y a donc un mouvement subtil, même dans le silence. L'esprit conditionné est suspendu, il est dans l'océan de l'espace intérieur et cet espace est plein du mouvement cosmique, qu'on appelle intelligence universelle ou intelligence cosmique. L'intelligence de la vie est perceptive. La vie est à la fois étreté et énergie, mouvement et non-mouvement, son et silence, naissance et mort. Tout cela constitue "l'entièreté" organique de la vie.

Qu'arrive-t-il quand l'activité personnelle de l'ego a été abandonnée sur l'autel du silence ? On se heurte alors à la difficulté inhérente à l'éducation moderne du mental. On se dit : "Bien, si je peux comprendre ce qui m'arrive, prévoir ce qui va venir, nommer, définir l'expérience, alors je suis prêt à supporter n'importe quelle souffrance pour la vie spirituelle". Ce mental moderne, conscient de ses dons, de ses possibilités et de ses conditionnements, veut enfermer toute chose dans le cadre d'une pensée, d'une idée, d'une description, d'une définition, d'une expérience. Il veut le posséder et le négocier. "C'est moi, moi qui ai la libération, moi qui vis une expérience ésotérique". Il veut acquérir, obtenir, posséder, sentir qu'il a quelque chose. Le Je veut garder son identité et l'enrichir, alors que dans la vie spirituelle, seule l'entièreté a une identité. Nous ne sommes que des parts composites de cette totalité. Nous n'avons pas d'identité séparée. C'est donc l'abandon de toute activité de l'ego sur l'autel du silence, l'espace intérieur qui est exigé. Tout homme instruit arrive à cela assez facilement, parce qu'il y a des mots qui l'accompagnent, des expériences du passé vécues par d'autres chercheurs avec lesquelles il peut comparer, dont il peut parler, et auxquelles il peut penser. Avec le support du connu, il arrive aux limites des mots, qui ne peuvent plus le conduire au-delà et toute pensée est impossible sans les mots. Arrêté aux frontières de la verbalisation, il regarde l'inconnu mais il n'a pas l'humilité de plonger au-delà des mots, de la mentalisation, de l'idéation.

Il est facile de plonger dans l'océan du silence intérieur, mais pour l'homme moderne, c'est une difficulté terrifiante, car il croit vivre pour lui-même. Nous avons perdu la fraîcheur, l'innocence et la beauté de la foi. L'homme moderne se demande ce qui lui arriverait s'il perdait son activité mentale, il veut savoir à l'avance ce qui va lui arriver. Mais il ne peut pas y avoir d'essai quand il s'agit de l'inconnu, de l'inconnaissable. Si l'on abandonne toute activité, ce sentiment d'agir, d'expérimenter, d'observer, alors, d'un seul coup, l'humilité de la foi emporte le chercheur dans l'océan du silence.

### **La pure conscience entre en mouvement**

A partir de là, on est sur un autre plan : l'ego, le Je, n'est plus actif. Alors commence à se manifester la conscience cosmique, universelle, intelligence perceptive qui est au centre de la vie, qui nous entoure et nous habite. Avec l'arrêt de l'activité du mental, de toute activité de la pensée conditionnée, se manifeste l'action du cosmique, de l'universel. C'est pourquoi j'ai dit qu'on change de plan ; on n'est plus dans la dimension où l'on est emprisonné dans la conscience individuelle, mais tout comme la goutte d'eau se fond dans l'océan, la conscience individuelle est immergée dans le Tout, le cosmique, l'universel. C'est ce que les Soufis appellent les noces mystiques de l'individuel et de l'universel.

Ce n'est plus le Je qui agit, mais l'autre conscience. Lorsque cette intelligence perceptive contenue dans chaque particule de la matière qui nous entoure et nous constitue devient active chez quelqu'un, le comportement de cette personne se modifie complètement. L'intelligence cosmique, universelle, voit tout, comprend tout ; il n'y a en elle aucune ignorance. Ce n'est pas une faculté du cerveau mais une énergie contenue dans tout ce qui vit et bouge, disponible vingt-quatre heures sur vingt-quatre. A partir du moment où elle s'anime chez quelqu'un, il est manifeste que celui-ci sait tout, comprend tout et que dans une relation, il répond spontanément à tout ce qui survient, dans une sorte d'état de grâce.

On change de plan, la conscience universelle agit à travers l'individu, dans les limites de l'individuel. Même quand le cosmique, l'universel est activé, mis en mouvement et commence à fonctionner, il ne peut le faire qu'à travers le cerveau. Il doit utiliser le savoir, l'expérience individuels. Comme notre mental et notre cerveau utilisent nos mains, nos pieds, notre mémoire, la conscience cosmique se sert de tous les conditionnements, des expériences, du savoir, des possibilités personnelles, et s'exprime à travers eux. Ainsi le cerveau devient un canal. La main devient un instrument dans les mains de l'universel, du cosmique, et une sorte de magnétisme commence à se développer autour de cette personne. Les autres sont attirés et disent que c'est quelqu'un d'extraordinaire, qu'il y a une sorte de fraîcheur en lui, dans ses paroles, une harmonie intérieure. En apparence, c'est la même personne, mais elle a changé intérieurement.

La source de notre activité, de nos perceptions et de nos réponses est le mental. S'il est abattu, déprimé, perturbé, préoccupé, les yeux peuvent percevoir la beauté mais ça n'atteint pas le mental ; la relation avec la beauté est donc coupée, interrompue. Nos organes des sens voient, entendent, mais en fait, c'est le mental qui voit par les yeux, entend par les oreilles, touche par les doigts ; c'est la source de notre activité. Dans cette nouvelle dimension, cette source change : c'est le mental cosmique, universel, qui devient la source du mouvement et utilise le mental et les sens. C'est le changement révolutionnaire de l'être qui vit dans le silence. On doit expérimenter le mystère de l'espace intérieur de façon scientifique et en parler de la même façon. Si on s'intéresse à la découverte du mystère du silence, on se doit de tenir compte de la Goraksha Samhita et de la Shiva Samhità. Quand on est passé de la terre à Akasha, l'espace intérieur, c'est le Silence. Quand le silence a complètement transformé quelqu'un, cette personne ne vit plus pour elle-même. L'universel se sert d'elle, de son mental, de son corps pour le bien de tous. Elle est désencombrée et l'universel met cet espace intérieur au service des autres.

### **Les dangers de s'arrêter là**

Un tel être vit dans le silence, et l'intelligence cosmique universelle l'utilise pour le bien de l'humanité. Le Christ, Bouddha, Ramakrishna, Râmana Maharshi avaient des possibilités, des facultés extraordinaires qui se sont épanouies, mais certains en restent au silence, arrêtés par la gloire de leur propre éclat qui commence à émaner d'eux, à rayonner, arrêtés par l'attraction qu'ils exercent sur les autres, par les

honneurs dont ils sont l'objet. A ce niveau, le danger est très grand de se faire emprisonner par le respect et les honneurs. Cet état extraordinaire devient une prison : on commence à croire qu'on a pour mission d'être au service des autres, de les rendre heureux, de les libérer et on ne fait plus rien pour soi-même, on agit au nom de l'humanité et ce sentiment d'avoir une mission, d'être sans ego, la conscience qu'on en a, devient une limitation, isole. Cela arrive à certains, pas nécessairement à tous.

Le mouvement du mental conditionné est suspendu, le mouvement de l'intelligence universelle, non conditionnée par le mental humain entre en action et on accède à des facultés extraordinaires. On passe par un changement révolutionnaire, cela nous l'avons perçu dans cette dimension de silence, mais la méditation est encore au-delà. Elle est au-delà même du mouvement de l'intelligence cosmique universelle et de la gloire d'être quelqu'un d'extraordinaire, dans la mesure où on laisse à ce mouvement la possibilité de s'apaiser. Pouvez-vous imaginer le plaisir que procure ce mouvement ? Habituellement, nous nous laissons emporter par le plaisir des sens, de la pensée, des mots, de la musique et des émotions qu'ils suscitent, nous nous laissons emporter si facilement par les plaisirs sensoriels, verbaux, psychologiques, mais là, je parle des plaisirs qui naissent de l'activation du mouvement de l'intelligence cosmique universelle. Vous ne pouvez pas savoir, c'est une sorte de drogue. Si l'humilité et la foi demeurent vivantes, si le plaisir d'être extraordinaire, d'être considéré, honoré, aimé, adoré, si la gloire d'être appelé le sauveur ne vous trouble pas, ne vous affecte pas, si vous êtes dans une telle humilité que même le plaisir de l'extase ne vous grise pas, si tous ces plaisirs ne vous déforment pas, ne vous dénaturent pas, ne vous enflent pas, alors le mouvement de l'intelligence cosmique, les pouvoirs ésotériques qui se développent à ce stade, se dissipent d'eux-mêmes. Comme l'activité physique s'est calmée, comme la conscience d'être un père ou une mère a disparu, de la même façon, le mouvement de l'intelligence cosmique universelle se calme. Ce qui reste, c'est l'êtré.

### **L'état de samâdhi est l'état de vraie méditation**

L'êtré de l'individu, dans sa pureté et sa simplicité, je dirais même l'êtré de la vie est ce qui subsiste quand le mouvement du cosmique s'apaise. Quel événement formidable, marquant et significatif dans la vie de ceux pour qui ne subsiste que l'êtré nue, sans aucun mouvement. C'est la dimension du samâdhi, la dimension à laquelle chacun peut parvenir, c'est notre droit de naissance en tant qu'être humain, d'atteindre cette êtré.

Aller du mouvement personnel, mouvement des impulsions physiques, des pensées, des expériences psychologiques jusqu'à l'état d'observation, de là, jusqu'au silence et au-delà du silence, jusqu'à l'état de samâdhi, état du vrai sannyâs, de la réelle méditation. Pas le moindre mouvement. La méditation est une dimension nouvelle dans laquelle on peut grandir et vivre et à partir de laquelle, quand c'est nécessaire, entrer en relation avec les autres. Ce n'est pas une fin, une destination, c'est une renaissance. Un nouvel être humain est né, enrichi par le passé, conscient du présent. S'appuyant sur le particulier mais uni au tout, l'être spirituel évolue dans la société, sans peur, spontanément Je sais qu'il est très difficile de croire à cela quand on en entend parler, mais je l'ai vu se produire. Ce n'est pas réservé à quelques élus, c'est le droit de naissance de chacun de s'élever dans cette pure divinité que j'appelle Dieu, si vous voulez, ou "Bhagavad Sattva", l'êtré de la divinité, là où le mouvement de l'énergie, qui est la vraie maya, se dissout et où peut s'incarner la véritable immobilité.

### **La malédiction du morcellement de la psyché humaine**

C'est la révolution intérieure qui est nécessaire aujourd'hui. Les conditionnements du passé déterminent nos réponses au présent, ils ne nous permettent pas d'être libres dans nos relations, nous projetons et

prolongeons notre passé dans notre vie présente et ainsi se perpétue le cycle des naissances et des renaissances. Mais quand on vit à partir de cet espace intérieur, il n'y a aucune pensée, aucun mouvement à moins que ce soit nécessaire et justifié par la vie. Alors le cycle des naissances est interrompu. C'est le jivan mukti dont les anciens et les saints ont toujours parlé. Malheureusement, la religion et la démarche spirituelle ne sont pas en accord, en harmonie avec notre vie de tous les jours.

Nous avons compartimenté la vie en religieux, spirituel, social ; donc, nous allons dans les lieux de culte adorer les saints, mais dans notre vie quotidienne, à la maison, dans notre vie relationnelle, toutes les valeurs sont différentes. La malédiction du morcellement frappe la psyché humaine. Dans la vie religieuse, il n'est question que d'humilité, mais dans la vie ordinaire, nous proclamons que le cynisme, l'orgueil, l'agressivité, la compétitivité, la colère et la haine sont nécessaires. Comment concilier ces deux points de vue ?

L'humanité n'est pas heureuse de nos jours, les Indiens en particulier. Nous ne sommes pas du tout heureux aujourd'hui et la race humaine ne trouvera pas la paix tant que cette fragmentation de la vie mise en place par l'homme ne desserrera pas son emprise sur le mental. La vie ne peut pas être fragmentée, c'est un tout. La vie est une totalité en permanence : quand on prend un repas, on le fait en étant relié à la totalité de la vie, quand on parle à qui que ce soit on parle à l'humanité tout entière. Comment pourrait-il y avoir la paix dans notre vie à moins d'y intégrer constamment la religion Comment ceux qui chantent "Jai Ram, Jai Jai Ram" peuvent-ils mentir ou vivre dans la duplicité ? Au nom de la religion nous pratiquons l'hypocrisie. Mais amis, mon cœur est plein de tristesse devant notre façon d'agir. En Inde, la crise est une crise d'identité, une crise des valeurs humaines. Il y a une érosion irréversible des valeurs, nous avons perdu le sens du caractère sacré de la vie, de l'être humain. Nous sommes devenus des chercheurs de plaisir, des marchands de pouvoir. Comment ce pays peut-il être si corrompu, s'il contient des millions et des millions de personnes religieuses ? Nous sommes divisés de l'intérieur, il nous semble que la religion et Dieu concernent l'après-vie, mais ici, sur cette terre, nous glorifions et nous adorons l'argent, le pouvoir, la haine, la colère, la violence. Nous devons nous arrêter pour comprendre qu'être religieux, c'est aborder toute relation avec la conscience de la présence du divin. Vivre au cœur du divin avec la conscience qu'on doit mourir un jour et tout laisser derrière soi. Si ça n'est pas une idée abstraite, si la mort est perçue comme une réalité sensible, si nous pouvons sentir la présence de l'incommensurable, l'ineffable totalité qui nous entoure, même quand nous sommes occupés à des détails, le caractère de notre comportement, sa nature va changer.

La religion en tant que vraie révolution spirituelle peut aider à changer le présent parce qu'elle fait prendre conscience à l'être humain qu'il n'est sur terre que pour une soixantaine ou une centaine d'années. Il doit vivre avec la nature, avec les hommes et c'est la qualité de ses actes qui lui donnera la paix. L'argent est nécessaire pour la vie matérielle : on doit se nourrir, s'habiller, mais si l'argent est gagné en sacrifiant la vérité, l'amour, l'entraide, en humiliant les autres, alors, il faudra payer le prix des injustices commises. On ne peut pas acheter la paix en exploitant les autres. Ce sont les relations, leur qualité qui amèneront la paix, la plénitude intérieure.

Seul un être mécontent ou affamé peut devenir un élément antisocial. Il y a des millions et des millions d'affamés qui se comportent de façon antisociale à cause de leur mécontentement et de leurs privations, et ce comportement devient un modèle puissant. Mais on trouve aussi l'insatisfaction chez les gens aisés, ceux de la classe moyenne, qui ont pu goûter le plaisir de gagner de l'argent. Changer seulement la structure sociale ne résoudra pas le problème. Mes amis, c'est l'être humain que nous devons changer. Les deux vont de pair. Les doctrines, la peur de la loi et de la force n'aident pas à changer l'être humain. Il faut



que ce soit une démarche volontaire et une telle démarche ne peut être que spirituelle. C'est pourquoi j'ai parlé de méditation. Vous pourriez demander : "N'y a-t-il rien d'autre qui puisse changer un être ?" Certes, mais la méditation permet de se relier, par le plus court chemin, à la totalité, tout en conservant sa liberté d'action, sans partir de chez soi, sans aller nulle part. Le chemin qui mène à la méditation est le chemin austère du discernement et du silence.

Il y a un deuxième chemin, dont je n'ai pas parlé, qui est le chemin de l'amour. Il y a deux choses qui purifient. L'une est le discernement et l'autre, l'amour. Il n'y a rien d'autre qui puisse purifier le cœur humain de ses imperfections. On dit que ce chemin de l'amour est facile, mais il est aussi exigeant que celui du discernement. Que faut-il pour vivre différemment? Une révolution est nécessaire, la révolution intérieure. On dépose l'ego sur l'autel de l'amour, il se défait. Quand l'abandon est consenti, ce n'est pas douloureux, on n'a même pas l'impression d'avoir fait un sacrifice. C'est la beauté de l'amour : dès qu'on abandonne l'ego, le Je, le moi sur l'autel de l'amour, ce Je commence à dire : "J'appartiens à Dieu et non à moi". On vit dans un monde auquel on n'appartient pas. C'est le bhakti yoga. On appartient à Dieu et là, le Je cesse d'agir volontairement. En apprenant à s'abandonner consciemment, à dessein, en toute connaissance, le Je cesse d'agir.

Certains sont dominés par l'intellect et pensent que le chemin de l'amour n'est pas pour eux, d'autres sont dominés par le cœur et pensent que le chemin du discernement n'est pas le leur. Le saint bengali Ramakrishna disait : "Autant d'êtres, autant de chemins". Ainsi, que l'on prenne le chemin du silence, de la méditation ou celui de l'amour, où l'ego se défait dans un néant sacré, le résultat est le même.

## Vimala Thakar : causerie faite à Dalhousie le 11 Juin 1987

Au cours des dernières causeries nous avons essayé d'explorer le contenu et les implications de la recherche spirituelle et nous avons dit qu'il est nécessaire, pour qu'elle soit juste, d'en établir les fondations à partir d'une étude et d'une recherche au niveau des mots, avec l'aide du savoir, de l'expérience et de la mémoire que nous avons à notre disposition. Comme nous héritons, dans notre psychisme, de la totalité du savoir et de l'expérience de l'humanité, on peut entamer cette recherche par une démarche académique et théorique. Le but de cette étude n'est pas l'acquisition. On ne peut pas apprendre si on a comme motivation l'acquisition, la possession, l'appropriation d'un savoir. L'étude implique un effort de connaissance pour comprendre, et la pensée, le savoir peuvent être utilisés comme un tremplin dans ce but.

La compréhension donne une sorte de liberté, elle permet de se soustraire à la force accablante de la pensée conditionnée. Il devient possible, grâce à l'étude et à la compréhension, d'utiliser la structure de la pensée, du savoir et de la mémoire de façon rationnelle sans se retrouver emprisonné par le conditionnement. Une relative liberté résulte de l'acte de compréhension. Si un chercheur passe par cette étude théorique et verbale et parvient à une certaine compréhension et à la liberté dans la méthode que donne cette compréhension, alors il est armé pour continuer. La recherche est une sorte d'auto-éducation qui implique de désapprendre ce qui est incorrect et d'apprendre comment vivre de façon juste. Sinon, l'éducation n'a aucun sens. Le mouvement de la recherche est celui d'une auto-éducation. C'est le mouvement rythmique d'apprendre et de désapprendre. Au fur et à mesure qu'on étudie et qu'on trouve le vrai, on se débarrasse du faux. Si, en découvrant le vrai on ne lâche pas le faux, alors le travail reste incomplet. Cela devient un exercice intellectuel, un divertissement, une nouvelle acquisition.

Supposons que vous et moi, en tant que chercheurs, ayons fait cela.. je me demande combien d'entre nous l'ont réellement fait... enfin supposons que nous ayons réussi à faire fonctionner de façon méthodique et harmonieuse les niveaux sensoriel et verbal, en prêtant attention au détail le plus minuscule, alors savez-vous ce qui se passe quand on commence à apprendre ? C'est très intéressant et très amusant. Ce qui arrive de fascinant à celui qui aime passionnément apprendre, découvrir, trouver la vérité pour lui-même, c'est qu'il n'y a plus d'inattention. Pour la plupart, nous vivons de façon superficielle, sans être attentifs. Nous regardons et nous ne voyons pas les trois-quarts de ce qu'il y a à voir, parce que ce sont des motivations spécifiques qui dirigent nos regards et nous ignorons tout le reste de façon criminelle. Nous sommes obsédés par nos motivations, aussi notre écoute, notre regard, nos réponses aux questions et aux situations sont-ils dépourvus d'attention.

Dans cette inattention, il n'y a ni vigilance, ni vitalité. On se lève le matin en étant distrait, on prend son bain, on déjeune, sans être jamais totalement présent dans aucune action. Les gens qui vivent ainsi n'ont ni vitalité ni passion. D'une façon ou d'une autre, parce qu'ils sont nés, ils vont jusqu'à la mort, mais en passant à côté de la beauté de la vie, de ce qu'elle nous offre de sacré.

Ainsi, pour la plupart, nous vivons plutôt de façon superficielle et sinon, nous nous chargeons d'une grande variété de fardeaux. Pour nous, l'acte de vivre n'est rien d'autre que transporter ces fardeaux. La vie elle-même est un fardeau. Savez-vous lequel ? Un certain sens du devoir : "Je dois faire ceci, je ne dois pas faire cela" ou une obligation religieuse : "Je dois me tourner vers Dieu", ou encore une obligation morale : "Je dois dire la vérité, sinon j'irai en enfer". Fardeau social, économique, culturel ou religieux. Nous considérons tout comme un fardeau, un devoir que nous transportons avec nous, embourbés dans notre sens des responsabilités, écrasés par lui. Vivre n'est plus une joie. Je dois aller à l'école, avoir mes diplômes,

avoir un travail, me marier, élever des enfants, gagner ma vie. Nous considérons toutes les nécessités et les propositions de la vie comme un fardeau.

J'essaie de voir avec vous comment vivent les gens. Certains sont d'une insouciance criminelle, ils ne s'intéressent pas à la vie, ne l'aiment pas, n'apportent pas de soin à l'acte de vivre. Pour les autres, vivre est une corvée, ce qui les conduit à être mécontents, à se plaindre d'avoir à vivre. Ils vivent tendus et, comme les autres, ils manquent de vitalité.

On commence donc à apprendre, à étudier pour le plaisir d'apprendre. Apprendre pour entrer dans l'expérience de la réalité exprimée par les mots. Cette expérience permet de comprendre, et comprendre permet d'être libre. Vous voyez, c'est cela l'auto-éducation. La spiritualité n'est pas un charlatanisme intellectuel, une mystification émotionnelle, ou des manipulations sensuelles et sexuelles, c'est bien plus.

L'apprentissage développe la sensibilité, la vigilance, la capacité à l'attention. Quand je dis, en théorie, que le fait d'apprendre mène à la compréhension et que la compréhension mène à la liberté, je suis très sérieuse. Ce ne sont pas de vains mots, c'est ainsi que ça se passe.

Si on a posé ces fondations, on peut faire le pas suivant. Après être arrivé à cette liberté, à cette harmonie, à cet ordre, grâce à cette compréhension, il me faut trouver de façon concrète, ce qu'est la pensée, le mental, le "Je". Les livres ont eu leur utilité ainsi que les causeries, les discours, les discussions ; on peut aller plus loin.

Cette dynamique de recherche peut aller plus loin, à partir de la recherche théorique avec l'aide des mots. Elle fait une sorte de saut quantique. Ce que je vais apprendre maintenant, je vais le faire à travers le regard, l'observation de "ce qui est". J'ai étudié au sujet de "ce qui est", maintenant il me faut découvrir "ce qui est" sans l'intervention de toute cette organisation du savoir, de l'expérience, de la mémoire. On s'assied et on dit : "Regardons -observons".

On commence par regarder, et regarder n'est pas synonyme d'observer. Avez-vous déjà regardé une équipe de cricket ? Qu'est-ce qui vous arrive ? Vous regardez le jeu, vous n'allez pas participer, et pourtant si quelqu'un marque des points, vous en êtes tout excité. Cette façon de regarder qui s'accompagne d'une implication psychologique n'est pas l'observation. C'est ce dont vous vous rendez compte quand vous décidez d'observer, et vous écartez cette façon de faire qui n'est pas l'observation.

Mais alors, qu'est-ce que l'observation ? C'est une perception dans laquelle on ne s'implique pas psychologiquement et qui n'entraîne aucune réaction. La réaction implique l'évaluation, le jugement, la condamnation, la comparaison. Ainsi quand on s'assied pour apprendre à observer et que la perception a lieu, que le mouvement de l'évaluation, de la comparaison a lieu également, qu'est-ce qui arrive ? La conscience du Je est impliquée dans le fait de regarder et aussi dans le fait d'observer. L'observation en tant que mouvement de la conscience du Je fait partie de l'auto-éducation, et l'observation sans le mouvement du Je serait un progrès dans la dimension de l'observation.

L'observation en tant que partie de l'auto-éducation et l'observation en tant que dimension de la conscience sont deux choses qu'on doit distinguer très clairement. Au début, il est inévitable qu'il se produise un mouvement, le mouvement de la recherche. Le mouvement de la conscience du Je est là, inévitablement. Seulement ensuite, le mouvement change. Du plan théorique il passe au plan pratique ; du verbal, au non-verbal. Des réactions, évaluations, jugements, il passe à une perception sans évaluation. Vous voyez ? Mais c'est toujours le mouvement du Je, c'est toujours le mouvement de l'ego.

Un chercheur apprend donc d'abord comment percevoir sans réaction, sans comparaison. On s'assied et on continue d'observer. Quand on regarde une chose, cela peut activer la mémoire. On en devient conscient et elle cesse son activité. On recommence à observer et un rejet ou une préférence survient. On en devient conscient et cela l'écarte. Vous voyez, c'est comme cela qu'on apprend. Progressivement, la perception de la conscience du Je se stabilise. Elle n'est plus distraite par les apports de la mémoire, elle ne réagit plus.

Ainsi en premier, il y a implication psychologique, réelle identification psychologique avec ce qu'on regarde ; ensuite, une perception sans identification, bien qu'elle soit modifiée par la mémoire et enfin, la troisième phase serait la flamme continue d'une perception que ne modifie aucune réaction. Et pourtant, on a conscience d'être en train d'observer. L'observation est encore un mouvement de la conscience du Je qui se regarde lui-même. Quand on se regarde dans un miroir, il n'y a pas deux personnes ; on se regarde soi-même. De même, quand la perception est devenue continue, sans distraction, sans altération, l'attention est totale. C'est alors que le Je, le moi, se regarde en toute innocence, sans subjectivité. La perception elle-même change de qualité et pourtant, c'est le Je qui se regarde lui-même.

Il a appris ce qu'est l'observation, il regarde son propre comportement. Il regarde sa propre image dans le miroir du mouvement relationnel, non seulement quand on reste tranquillement assis une heure ou deux - ceci, c'était une étape de l'apprentissage - mais aussi quand on a appris et que la perception s'est stabilisée, intensifiée et qu'alors le mouvement de l'observation s'étend de la pièce où on était tranquillement assis à toutes les relations que l'on peut avoir dans la journée pendant les heures de veille.

Quoiqu'on fasse, on agit et on observe en même temps. Voyez-vous cette nouvelle possibilité ? Il y a un changement dans la qualité de la perception et de la réponse parce qu'il y a totale perception, totale attention. Il y a, à chaque moment une nouvelle acuité, une nouvelle perspicacité, parce que celui qui agit ne se disperse pas, n'est pas distrait, que rien ne se fait sans attention. Ainsi donc, faire et observer simultanément, c'est la double possibilité du Je.

Si on laisse cela se produire, alors, dans chaque relation, l'observateur, le Je, prend conscience des mécanismes qui lui sont propres. On ne peut pas comprendre les mécanismes du mental de façon théorique ; on peut lire des milliers de livres, mais c'est seulement la rencontre personnelle, intime, avec la nature du mouvement, au moment où il a lieu, qui révèle que le mouvement du moi, de la pensée, de la mémoire et du savoir est répétitif et mécanique. La découverte du mouvement mécanique et répétitif de toute la structure mentale est absolument nécessaire et urgente. Ce qu'on avait appris dans les livres, on l'observe alors dans les faits. Le savoir est l'information organisée au sujet des faits ; l'observation est la rencontre personnelle avec les faits. Ainsi, le savoir établi à partir de la réalité devient une compréhension directe de la réalité. Plus de détours. On ne dit plus que le mouvement du mental est répétitif, mécanique parce que Krishnamurti ou Patanjali l'ont dit, mais parce qu'on l'a vu par soi-même.

Cette observation, cette perception sont vraiment nécessaires. Si vous ne passez pas par ces phases, votre psychisme ne peut accéder à la dimension d'observation sans observateur. Si on est passé par ces phases et si chaque étape de l'apprentissage a libéré une vitalité plus forte et plus intense, alors on est au plus près de la force vitale de la Vie. Plus on s'éloigne de ce qui est secondaire, mécanique, organisé et structuré, plus on est près de la force vitale de la Vie. La vitalité ne se déverse pas en vous à partir d'une source extérieure. Quand on cesse de vivre à la périphérie et qu'on laisse tomber ce qui n'est pas essentiel, on se rapproche de l'essence, de la source de toute vitalité. Quand c'est nécessaire on s'occupe aussi de ce qui est secondaire, et comme on ne s'identifie pas avec cela, on ne s'enlise pas, on n'arrête pas le flux de compréhension, le flux de vitalité qui coule en nous.

Vous voyez vous-même que chaque mouvement du mental (du moi, du Je) est plein d'automatismes, qu'il s'intéresse à la société, à la politique, à l'économie ou au sexe. Vous comprenez que ce mouvement mental n'est plus adéquat. La perception, l'observation, amènent le Je à prendre conscience que le mouvement mental, pollué par ce qu'il contient, est limité aux automatismes, contraint de se référer à des concepts. Il lui faut donc créer une nouvelle unité de mesure pour accéder au divin. Ce mouvement n'est approprié qu'au niveau conceptuel, il ne l'est plus du tout pour aller plus loin dans la recherche. Il a rempli sa fonction, il a vu ses limites et par conséquent, il s'arrête.

La fin de l'effort mental, du mouvement mental, doit se produire en fait, intérieurement. En raison de l'exigence intérieure qui nous pousse à apprendre et à vivre -exigence non rationnelle et non calculée - la conscience du Je est portée à arrêter son mouvement. Jusque là, la recherche demandait un effort, maintenant, elle entre dans la dimension de la spontanéité. Le silence est spontané, c'est une vigilance sans effort. Le Je dit alors : "Je ne vais pas observer; l'observation m'a conduit à prendre conscience de la nature mécanique du mouvement mental, aussi j'arrête". Cet arrêt a-t-il lieu dans votre vie? L'honnêteté et la sincérité de la recherche obligent à se poser cette question. Nous est-il arrivé de laisser ce mouvement s'arrêter, s'interrompre de temps à autre ? Non pas quand on est assis en méditation, mais dans le mouvement des relations. Avons-nous jamais expérimenté le présent de façon absolue, sans nous protéger, c'est-à-dire sans utiliser la protection du passé ? Le passé est une sorte de protection dont le mouvement nous sécurise.

Maintenant, le psychisme est rempli par le Silence et non par des pensées, concepts, idées, théories et conclusions. Tout cela a disparu. L'espace intérieur est rempli par le silence. Je dis cela car le silence est une énergie. Vous m'avez peut-être entendu dire, il y a quelque temps : "L'énergie, la nouvelle énergie de l'intelligence, est stimulée dans le silence". Ce n'est pas ça. Acceptez que je continue à évoluer, à apprendre. La vie est infinie et jusqu'au dernier souffle, l'apprentissage continuera, ce qui peut entraîner des changements dans la façon de dire. Je dis : "Le silence est énergie".

A partir du moment où on permet au mouvement de l'ego de cesser, non pas à partir de tensions et de pressions, mais grâce à la compréhension, alors il y a lâcher-prise. Alors le vide de la conscience se remplit de silence. Cette énergie n'est ni corrompue, ni mutilée, ni fragmentée, ni individualisée. L'observation ou la perception se font alors à partir de ce vide, de ce silence. L'énergie du silence voit par les yeux, écoute par les oreilles. Ce n'est pas une identité comme le moi ou l'ego, cela imprègne tout notre être.

Il y a observation sans observateur, ce qui est l'état de la perception et des réponses de la totalité de l'être. La recherche s'est d'abord déplacée du plan théorique au plan pratique où elle était encore un mouvement du Je ; quand vous avez commencé à apprendre, à observer, il y avait encore un mouvement du Je, puis ce mouvement s'est arrêté. Encore un saut quantique, l'observation devient alors un mouvement spontané. Quand une brise légère se fait sentir dans une pièce, qu'est-ce qui se passe ? Y a-t-il une entité ? Cette brise qui vient vous apaiser et vous détendre complètement, est-ce que quelqu'un la dirige vers vous ? C'est un mouvement de la brise elle-même, c'est naturel. Ainsi l'observation en tant que dimension de votre vie tout entière devient un mouvement naturel, spontané, total.

La recherche en tant que mouvement du mental a cessé. Si vous laissez l'état d'observation, la dimension d'observation s'ouvre un passage en vous alors la recherche du Je, en tant que mouvement intellectuel et mental d'investigation et d'exploration, prend fin. Mais prend-il fin, ou cherche-t-on à le maintenir ? Parce qu'il est purifié par l'observation, veut-on le prolonger pour expérimenter le non-sensoriel, l'occulte, le transcendantal, les pouvoirs qui en découlent ? On peut le faire si on le désire, mais cela n'a rien à voir avec la recherche spirituelle. Vous pouvez commencer à monnayer cette nouvelle faculté, comme vous le faites

pour vos facultés intellectuelles, vos talents, musicaux et autres, vous pouvez en faire commerce, vendre cette nouvelle aptitude de la conscience à observer, sans lui permettre de s'installer dans la non-action. C'est ce qui arrive à la majorité d'entre nous.

Après avoir compris la nature répétitive et mécanique du mouvement du Je, ne cherche-t-on pas à le prolonger? On arrive à ce point d'apprentissage, d'observation, et pourtant on continue à se cramponner à ce mouvement du mental. Le mental, l'ego, la structure de notre pensée disent : "Attention si vous me quittez, si vous quittez mon mouvement. C'est un saut dans l'obscurité, dans l'inconnu. Qui va vous guider ? Qu'est-ce qui va vous arriver ? Ne sautez pas, restez ici ; trouvez des prières, des chants religieux, chantez-les, découvrez un nouveau mode de sensibilité grâce à eux. Détournez-vous des expériences sexuelles, sensorielles pour aller vers l'occulte". Mes amis, l'intoxication de l'occulte est bien plus grave que celle des expériences des sens et du sexe. Le mental se détourne des affaires du monde et se laisse immerger dans l'intangible, le non-sensoriel, l'occulte, le transcendantal, l'invisible. Il se disperse dans les techniques et les méthodes, l'éveil de la kundalini, le shakti pat, des expériences diverses. On crée de nouveaux modèles que l'on identifie à la spiritualité.

Oserai-je vous dire ? Je sais que vous ne serez pas d'accord avec moi, mais je n'ai pas besoin de cet accord. Oserai-je dire que tant que le mouvement mental existe, il n'y a pas de spiritualité ? Vous pouvez créer une nouvelle relation, de nouveaux champs relationnels, "mon" guru, "ma" méthode. Vous pouvez établir des modèles et vous y accrocher, les utiliser comme béquilles parce que vous répugnez à lâcher prise. L'apaisement absolu du mouvement mental est la mort de l'ego dans laquelle le Je a peur d'être détruit. On a moins peur de la mort physique que de la mort psychologique, la mort de l'ego, la cessation du mouvement du Je, parce que le mouvement de l'ego est devenu synonyme du mouvement de la vie, et que l'apaisement total a été assimilé à la mort de l'ego, et cette peur retient

Nous sommes arrivés au point où l'ego n'est plus dans l'effort. Alors, la recherche ultérieure, si on peut encore parler de recherche, serait le mouvement sans effort, le mouvement du silence, le mystère de la Vie.